

# Länge gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

**UROLOGISCHER ERKRANKUNGS**

## In dieser Ausgabe

- Harnblasenkrebs**  
Warum Friseur, Chemiarbeiter und Straßenbauer ein hohes Risiko haben . . . . . 3
- Harnsteine**  
Übergewicht, Fleisch und zu geringe Trinkmengen sind Ihre Risikofaktoren . . . . . 4
- Harninkontinenz**  
Falsche Scham und Unwissenheit verhindern oft die richtige Therapie . . . . . 6
- Häufiger Harndrang**  
Falscher Verdacht: Die Prostata hat mit den Beschwerden oft gar nichts zu tun . . . . . 8
- Harnwegsinfekte**  
Goldrute und andere Heilpflanzen machen Antibiotika oft unnötig. . . . . 10
- Prostatalkrebs**  
Sollten Sie als Mann einen PSA-Test machen lassen oder nicht? . . . . . 12
- Nierensteine**  
Zur Zertrümmerung ins Krankenhaus oder in die Arztpraxis? . . . . . 12

**Das bietet Ihnen**  
**Länger und gesünder leben**

*Länger und gesünder leben* ist ein aktueller Informationsdienst für gesundheitsbewusste Menschen, die sich wissenschaftlich fundiert über ganzheitliche Medizin informieren und die Vorzüge der Schulmedizin mit denen der alternativen Medizin verbinden möchten. Er berichtet über allerneueste, oft wenig bekannte Behandlungsmethoden und Heilmittel aus der komplementären und orthomolekularen Medizin, recherchiert an Forschungszentren weltweit. Weitere Schwerpunkte bilden Wirkungen von Nahrungsergänzungstoffen, Vitaminen und Mineralien zur Vorbeugung und Therapie. Sie erhalten detaillierte, im Alltag leicht umsetzbare Informationen über Anwendung, Dosierung und Bezugsquellen. Ein Netzwerk von Autoren und Gutachtern, bestehend aus anerkannten Medizinern, Ernährungswissenschaftlern und Humanbiologen, garantiert die Verlässlichkeit der medizinischen Informationen. So können Sie Krankheiten vorbeugen, Ihre Lebensspanne verlängern und noch in fortgeschrittenem Alter das Leben bei höherer Lebensqualität genießen.

## Nieren, Blase, Prostata

### Warum Sie – auch als Frau – unbedingt einen guten Urologen brauchen

Viele urologische Krankheiten wie Harnwegsinfekte, Inkontinenz oder Nierensteine werden im Alter immer häufiger. In diesem Spezialreport erfahren Sie, wie Sie mit sanften Heilmethoden rechtzeitig vorbeugen und wie Ihr Urologe diese Störungen behandelt. Außerdem räumen wir mit so manchen Vorurteilen auf. Wussten Sie beispielsweise, dass viele der typischen „Prostata-Beschwerden“ mit diesem Organ gar nichts zu tun haben und sogar bei Frauen auftreten können?

Bei jungen Medizinstudenten ist das Fach Urologie nicht sonderlich beliebt. Als die Bundesärztekammer im Jahr 2012 etwas mehr als 12.000 Medizinstudenten nach drei Fachrichtungen fragte, in denen sie sich vorstellen könnten, später einmal zu arbeiten, gaben gerade einmal 4 % der weiblichen und 7 % der männlichen Studierenden die Urologie an. Nur Hautkrankheiten waren noch unbeliebter. Die meisten Mediziner möchten lieber Kinderärzte, Hausärzte, Internisten oder Anästhesisten werden.

Viele spätere Urologen landen in ihrem Fach, weil während ihrer Ausbildung „die anderen Fächer bereits besetzt waren“. Doch die meisten von denen, die mehr oder weniger zufällig zur Urologie kommen, entdecken später – gewissermaßen wie bei der Liebe auf den zweiten Blick – was für ein interessantes und vor allem wichtiges Fach sie gewählt haben.

Fragen Sie einmal Ihren Urologen, warum er sich „gerade dieses Fach“ ausgesucht hat. Oft werden Sie eine zum Schmunzeln verleitende Ge-

